



DIREZIONE: — Camerata dei Grandi — MONDRAGONE.

— Abbonamento annuo L. 3.50 — Semestrale L. 2.00 — Numero separato L. 0.15 —

## “ Antropos Italiano ” (1)

(PALESTRA MONDRAGONIANA)

L'Associazione dell' « Antropos Italiano » fu creata allo scopo di dare il maggior incremento possibile a quella vera ginnastica naturale, pratica, utilitaria che, oltre a dar sviluppo a tutte le diverse parti dell'organismo forma nell'uomo il vero carattere virile.

Gli esercizi che noi imponiamo a chi vuol meritare l'ambito titolo di « uomo » sono quei medesimi che un giorno potrebbero rendersi necessari nei molteplici casi della vita.

In poche parole ecco lo scopo della nostra iniziativa: Far sì che l'uomo, veramente divenuto tale attraverso una data educazione fisica, possa rendersi utile a se stesso e agli altri, acquistando cioè la completa padronanza sulle proprie facoltà fisiche e comandando se stesso in ogni momento.

Per meritare il titolo di « Antropos Italiano » occorre: Iscrivere presso la Direzione Generale o le Sezioni, pagando una tassa di L. 3 che dà diritto, a prova compiuta, all'artistico diploma, al distintivo di conio speciale e alla tessera di riconoscimento. 2. Superare secondo le norme del

(1) Esercizi del Prof. R. Seganti, nostro insegnante di educazione fisica a Mondragone.

regolamento tecnico dell'Antropos, i sette esercizi prescritti. 3. Mettersi a disposizione della Giuria, dieci minuti prima dell'ora fissata per la prova ufficiale e mantenere durante lo svolgimento di essa, un contegno dignitoso e corretto quale si addice a persona civile.

### Programma e Regolamento della prova ufficiale.

I seguenti esercizi che compongono la prova ufficiale dell' « Antropos Italiano » si dovranno eseguire dinanzi ad una giuria tecnica il giudizio della quale è inappellabile.

1. **Esercizio**: Gettare una pietra di forma irregolare del peso di kg. 5 alla distanza di m: 8. Purchè non oltrepassi la linea di misura il concorrente è libero di servirsi di una rincorsa di m. 4 e gettare la pietra anche con ambe le mani; 2. **Esercizio**: Sollevare con le braccia, da terra e trasportare per 30 metri in linea retta, una pietra irregolare del peso di kg. 50. La posizione per il trasporto è libera; 3. **Esercizio**: Salita ad una fune di m. 6 nel tempo minimo di minuti secondi 45. Nel salire si possono adoperare anche le gambe ma la discesa deve essere eseguita a sole braccia e lentamente. Non si può restar fermi in sospensione aspettando che termini il tempo minimo; 4. **Esercizio**: Salto di un ostacolo



di m. 1 di altezza, con rincorsa di m. 7 e senza pedana. L'ostacolo consistente in una parete di legno delle dimensioni di m. 1.50 per un metro di altezza, è fisso fino all'altezza di metri 0,80; dagli 80 centimetri in sù è mobile; 5. **Esercizio**: Salto di un fosso pieno d'acqua della larghezza di m. 3,50, senza pedana con rincorsa libera e con l'obbligo di oltrepassare interamente la linea di arrivo tracciata sul terreno; 6. **Esercizio**: Volteggiare una trave posta all'altezza di m. 1,30 da terra, il volteggio deve essere eseguito con l'appoggio delle mani e senza toccare con il corpo la trave. Si può anche usare la rincorsa; 7. **Esercizio**: Passaggio in piedi di una trave di m. 4 di lunghezza e posta all'altezza di m. 1 da terra.

**Nota.** — Il concorrente può ripetere tre volte sole ogni esercizio. Alla terza volta se l'esercizio non è eseguito come intende il regolamento, la prova è fallita e si perde qualsiasi diritto.

## Spigolature

### I clubs bizzarri

Dal « Buon Consigliere »

« L'uomo è un animale socievole » e sta bene: non sappiamo però se questo assioma che fa capolino nel primo capitolo di ogni trattato di sociologia possa giustificare l'esistenza di tante curiose associazioni delle quali non sono fattori di raggruppamento bisogni comuni e comuni idealità, ma i pretesti più futili, le analogie più strane di passioni e di forme, semplicemente il desiderio comune di ridere... e di far ridere.

Passiamo adunque in rivista qualcuno di questi clubs bizzarri, che fioriscono sotto tutte le latitudini ed hanno quasi tutti dei bilanci molto più brillanti di qualche nostra utile società di mutuo soccorso.

Al *Gridiron Club* di Washington, per esempio (del quale tratto tratto si occupano anche i più seri giornali quotidiani) sono iscritti presidenti, senatori, deputati e tutte le più spiccate personalità degli Stati Uniti, all'unico scopo di ridere alle proprie spalle reciprocamente.

E la patente di celebrità la acquista facilmente, chi nel gran banchetto annuale si lascia docilmente passare sulla graticola (in inglese *Gridiron*) degli scherzi sarcastici e delle piccanti allusioni. Allo spirito talora salace dei promotori, deve corrispondere lo spirito più paziente delle vittime, e si ride, si ride...

New York raccoglie sotto un labaro comune (avrà per simbolo una grucciona?) i mutilati dal treno, dai tranways, e dagli omnibus. E perchè non degli automobili?

Anche gli assassinati ed i suicidi, cioè i quasi-assassinati o suicidi, che siano sfuggiti ad un grave attentato altrui o proprio, hanno a New York il loro circolo.

Appena si fondò poi il *Club dei divorziati*, che è fiorentissimo, sorse nel Brasile quello *dei vedovi per la quarta volta*. Sempre a New York esiste l'*Appendicite club*. Per esservi ammessi, occorre un certificato medico, e la presentazione dell'organo estirpato, che viene depositato nell'archivio, un gran salone, decorato di qualche centinaio di ampolline di vetro, col numero di matricola dell'ex legittimo proprietario. Anche coloro che hanno sofferto le febbri malariche trovano comune conforto tra le file d'un *Malaria club solatio miseris* con quel che segue.

Per entrare nel *Club dei calvi*, si presenta la domanda levandosi il cappello, semplicemente.

Da noi pullulano *gli amici della musica*; l'America più pratica ed umanitaria, ha le società *degli amici dei rettili, degli amici degli elefanti*, e, meno male, quella *degli amici dei cani*. A New-Orleans esiste una società mutua protettiva per gli uomini brutti, che devono sostenere un serio esame di presenza dinanzi a cinque alte personalità della città.

Per ritemperare il sistema nervoso non vi è di meglio del *Club degli spettri*, dove si celebrano le più macabre pompe funebri, con scheletri ballerini, con teschi illuminati e col relativo giornale (illustrato?) dall'albergo titolo: L'Epitaffio.

Da Filadelfia sorse la voce: Gobbi di tutta la regione unitevi, ed i vari Rigoletti dei dintorni hanno fondato la loro bella società, alla quale ha diritto di iscriversi quel milione di proprietari di protuberanze che un allegro statista ha costatato esista sulla faccia della terra e che data la dimensione media di 20 centimetri ognuna farebbero sommandole assieme l'altezza di 200.000 metri.

Pure a Filadelfia un *Excentric club* dà feste e banchetti proprio eccentrici o tra l'aroma delle stalle, o nei cortili delle fattorie, o in bagno, o a cavallo.

Tutte cose d'America, si dirà: e poi, non dice un proverbio inglese — forse con una punta di malignità — che se si mettono assieme cinque americani in una isola deserta, la prima cosa a cui essi pensano è quella di fondare un club?

Adagio: anche i flemmatici figli di Albione peccano di eguali singolarità, di simili aberrazioni.

Fino nel 1840 era fondato a Londra il *Beef-steck club*, i cui soci dovevano far voto d'essere quotidiani divorzatori di bistecche. Pur antico è il *Kit-Cat club* che si raccoglie intorno ai ghiotti pasticcini di anguilla, di cui era celebrato preparatore un Cristoforo Cat.

Il più aristocratico circolo di Londra, e forse del mondo, è il *Marlborough club*, al quale non è ammesso se non chi goda l'amicizia personale del Re, alla cui approvazione è sottoposto il nome di ogni candidato.

Se questo circolo non può avere più di 500 soci, il *Jockei club* è più esclusivo ancora, perchè ne ha limitato il numero a 60, compreso il Re.

Tutti i Re d'Inghilterra hanno poi un altro circolo loro proprio, meno aristocratico, ma più



numeroso, perchè il cognome *King* (Re) è comunissimo nella Gran Bretagna. Club prettamente politico è quello intitolato *Testa di vitello*, al quale appartengono gli antichi partigiani della Rivoluzione e che ogni anno, l'ultimo giorno di gennaio, si raccolgono a banchetto, facendosi servire una testa di vitello, irreverente allusione a Carlo I.

Per il *club dei giganti* e per quello dei *nani*, l'ammissione è decretata a vista d'occhio: a vista d'occhio si entra pure nel *club dei ciechi*, purchè si abbia chiusa per sempre almeno una delle cosiddette finestre dell'anima.

Al *club degli avari* si tengono le sedute allo oscuro, per economia di candele.

E il *club dei sordomuti*? Esiste pur esso nella Gran Bretagna, ed è l'ideale del genere per la tranquillità del vicinato. In esso si parla colle mani, si discute colle mani, si vota colle mani, e colle mani si mangia e si beve in abbondanza.

Per combattere le superstizioni, lavora il *club del tredici* e suoi multipli. Gli affiliati si raccolgono attorno a tredici tavole, banchettano con tredici portate, tre oliere rovesciate, sale sparso, posate incrociate e tra tutte le altre più malauguranti combinazioni di oggetti e di cifre. Più strano ancora è il *club degli uomini che non dormono*, che indice concorsi di insonnia. Un marinaio, certo Woodward, ebbe la forza di resistere sette giorni e sette notti senza chiuder occhio.

Il *club Rosso*, nel quartiere di Mayfair raduna gli spiantati che sieno falliti almeno una volta e che in qualche modo abbiano perduto sostanze, possessioni, tutto... fuorchè l'onore, perchè è indispensabile che nessuna eccezione possa sollevarsi sulla loro onorabilità.

Il *Tea-Cigarettes club*, un'altra micropoli che prospera nella metropoli inglese, ha un similare, ma autentico, nel *Vlaamsche Pijpeurookers* di Bruxelles. Là uomini e donne fanno a gara a chi fuma di più, qua si fanno gare di lentezza nel fumare la pipa. Un tale Kos ha tenuto accesi 4 grammi di tabacco per oltre tre ore.

A Parigi non può appartenere al *Bautam club* chi non posseda un gallo di razza, un Chantecler perfetto che squilli brillantemente il suo *chirichicchi* al sole nascente.

Se in America vive il *club degli assassinati*, a Parigi esiste quello degli *ex condannati a morte* e dei *pareuti dei ghigliottinati*, i quali per distintivo portano una fettuccia di panno rosso stretta al collo.

Al *club della pistola* avvengono ogni giorno duelli, incruenti, s'intende, perchè i proiettili sono di cera e le giubbe corazzate, ma c'è l'emozione e basta.

Al *club dei grassi*, di Grenoble non può entrare chi non pesi almeno un quintale con un ribasso del 5 % nella contribuzione per ogni chilo di eccedenza.

Il *club dei gastronomi* a Dubuque (Iowa) ha la sincerità di portare per motto: schiena al fuoco e ventre a tavola. Ventre elastico, ben si capisce, per digerire banchetti pantagruelici.

A Marsiglia è istituito il *Sindacato degli storpi* che fa attiva propaganda contro i mendicanti che

si fingono accidentati per sfruttare la pubblica e privata beneficenza: a Bruges un *club dei Topieri* indice gare originalissime tra sorci ed uomini; in China la *Società dei piedi naturali* (Tien-tsohoci) combatte — e questa con perfetta ragione — la tradizionale deformazione femminile.

A Moncrabeau, per il gusto della menzogna si fondò il *Circolo dei bugiardi*, coll'espresso dovere in tutti i soci di mentire sempre e dovunque, quando però derivi pregiudizio soltanto alla verità.

A Dutchlingen (Foresta Nera) il sindaco con un elevato discorso sull'importanza del tabacco da fiuto sulla vita dei popoli, costituì il *club della tabacchiera*.

In Germania si è fondata la *Società del silenzio*. Ha una lista nera degli alberghi troppo rumorosi, ed una lista azzurra degli alberghi dove sieno aboliti i campanelli elettrici le sveglie, ecc., e fa attiva propaganda per le ruote ed i tacchi di gomma, per le chiusure silenziose delle porte e per i tappeti.

Nella sua sede, il solito avviso « E' vietato fumare » fu sostituito da uno « È vietato parlare ».

Finora abbiamo citato le bizzarrie degli animali socievoli, maschi. E le signore donne? A New York i « Ladies clubs » hanno ormai superato la sessantina, e l'eccentricità ha degenerato gli scopi originari di passatempo, di lettura e di istruzioni fondando il *Club delle fumatrici di pipa*, il *Circolo delle portatrici di calzoni* e simili.

Anche in Inghilterra, in Francia, in Germania ed in altri Stati d'Europa, i clubs femminili fioriscono brillantemente.

Il londinese *Ladies' Atheneum Club*, per esempio, impegna le sue socie a mantenere sempre ed a ogni costo il più assoluto silenzio.

Recentissimamente un gruppo di signore dell'alta società ha fondato un *Club dell'uccellino azzurro*, che propone come unico fine la ricerca della felicità, coll'obbligo alle socie di riunirsi una volta alla settimana, a pranzo. Gli uomini non vi sono ammessi, e dopo il banchetto le nuove sacerdotesse della felicità si chiudono nel gran salone e vanno alla ricerca dell'uccellino azzurro, il simbolo celebrato nel poema di Maeterlink...

Un filosofo ebbe a dichiarare, tempo addietro che tutto il mondo è un gran manicomio, e l'hanno ritenuto davvero come pazzo, gli altri...

---

## Cronaca.

La festa dei grandi (15 maggio) — Quest'anno la nostra festa è stata anticipata per diverse ragioni, la principale delle quali a cagione dello studio e degli esami che s'avvicinano.

La mattina ascoltammo la S. Messa letta dal R. P. Rettore con accompagnamento di organo e con diversi mottetti cantati maestrevolmente dai componenti la nostra *Schola cantorum*.

Alle 9 circa il nostro concerto guidato da Vincenzino Cortesi prestò il servizio durante lo scoprimento del programma, eseguito dall'impareggiabile Conte Negroni.



Alle 12,30 ci fu il pranzo nel refettorio dei mezzani, tutto infiorato artisticamente.

Fra gl' intervenuti abbiamo notato il R. P. Rettore, il P. Ministro, il P. Rocci, il P. Macinai, il P. Giovenale, il P. Ceppola, il Principe Massimo, il Conte Baldassare Negroni, l'avv. Corsetti, i nostri vecchi compagni ed amici Marfurt e Fani, i professori Capuzzello, Gattafoni, Ragonesi, Forte, Tinti, Lequenzi, Mecozzi e molti altri.

Nel giardinetto pensile venne servito caffè e liquori, e rimanemmo lì per molto tempo in amabile conversazione.

Alle 17, la famosa birrata a cui presero parte anche i mezzani.

Il trattenimento serale chiuse la festa.

Nel giardinetto illuminato da due grosse lampade ad arco, il concerto diretto dal M. Mancini ci fece gustare parecchi pezzi di scelta musica, specialmente la *Festa di Piedigrotta*, eseguita assai bene dai nostri concertisti, che a richiesta di tutti dovettero ripetere.

Il rinfresco incontrò i gusti di tutti, anche dei mezzani che dai loro compagni della camerata superiore furono trattati con ogni prodigalità.

Alle 11 passate terminò il trattenimento e tutti allegri e soddisfatti andammo in dormitorio per riparare con una buona dormita alla nostra stanchezza e per prepararci alla gita del giorno dopo piena di attrattive....

Tutti, più o meno, sognarono quella notte: dai mezzani che credevano di lottare e di cadere dai *somari*, ai grandi che andati a letto col fantasma dei cavalli si svegliavano di soprassalto per paura d'essere stati sbalzati da sella...

**Fino a Tivoli a cavallo.** (16 Maggio) — Da molto tempo i grandi pensavano ad una *cavalcata*, cosa, a dire il vero, un po' difficile a mettere in esecuzione per tante e tante ragioni. Prima di tutto ci voleva il permesso del P. Rettore che si ebbe per intromissione del P. Tognetti, poi bisognava avere i cavalli e cavalli buoni e forti che ci portassero in groppa per molte ore.

A questo pensò il sig. Montani, il quale tanto fece che trovò cavallari e cavalli, fissando anche il relativo prezzo.

La gita doveva essere dopo Pentecoste e precisamente il giorno dopo la Festa dei grandi.

Ma dove andare? Si pensò a Palestrina, ma fu una meta scartata: si pensò a Genazzano, al celebre Santuario della Madonna del Buon Consiglio, ma non incontrò le simpatie della maggioranza. Si decise allora per Tivoli, dove avremmo potuto vedere tante cose belle e questa risoluzione piacque a tutti, nessuno eccettuato.

Il sig. Montani fu invitato a prender parte alla gita con i giovani ed esperti cavalieri, mentre il P. Tognetti li avrebbe seguiti in carrettino, preferendo questo mezzo di trasporto più facile e sicuro.

Per chi volesse sapere quali convittori presero parte alla cavalcata, ecco qua i loro nomi:

Bruno Fernando, Carpinati Carlo, Cortesi Vincenzino, Cosentino Domenico, D'Avalos Carlo, Fabbrocino Mario, Fabbrocino Vincenzo, Gaetani Orazio, Marcello Marcello, Maresca Alfredo, Sauve Luigi, Telesio Enzo, Ventrone Camillo.

All'ultim'ora Muti Giulio decise di venire anche lui, ma in automobile accompagnato dal Marchese suo padre e dal P. Rettore e dal P. Rocci, gentilmente invitati.

Gli altri nostri compagni che non se la sentivano di fare quella cavalcata andarono a Roma.

L'ora delle levate fu alle 5 ant. Il tempo non prometteva nulla di buono: grossi nuvoloni si accavallavano l'uno sopra l'altro e il vento fischiava fortemente. Con tuttociò non venne meno il coraggio ai nostri bravi gio-

vani che per fare quella gita avrebbero sfidato anche ben altre furie.

Verso le 6 arrivarono i cavalli e due carrettini. Ognuno si scelse il proprio destriero, più o meno bizzarro, più o meno carino e si partì risolutamente, accompagnati dai saluti del Conte Negroni e del Principe Massimo che avevano voluto assistere alla partenza.

Nel primo carrozzino tirato da un cavallo tutto pepe e sale e che sgambettava e saltava a più non posso montarono Mario Fabbrocino e il P. Tognetti che andava raccomandandosi l'anima....

Nel secondo tirato da un cavallone da dottore salì con gran prosopopea il nostro sor Camillo che per darsi più tono avea inforcato un par d'occhiali e avea assunto un'aria più grave e solenne.

I cavalli che facevamo più figura di tutti erano quelli del sig. Montani, di Marcello, di Vincenzo Fabbrocino, di Cosentino e di Carpinati. Dal viale dei Cipressi prendemmo la strada attraverso la campagna Romana che mena fino a Sora.

La comitiva allegra e spensierata dei giovani cavalieri, seguita dai due carrozzini, procedeva unita e compatta, tranne, una certa persona persona che montava un cavallo, a suo dire, molto *cipollaro*, ma che i fatti dimostrarono poi tutto il contrario.

All'osteria delle Capannelle, ci fu la prima sosta per prendere un boccone da mangiare, perchè i nostri stomaci cominciarono a reclamare i loro diritti.

Si approfittò della fermata per dar agio al nostro fotografo Carlo d'Avalos di prendere delle graziose istanze che riuscirono abbastanza bene. E poi si riprese il cammino, soddisfatti anche a cagione del tempo che s'era alquanto cambiato, senza quel vento noioso e quelle nuvole minacciose che pendevano sui nostri capi.

Non molto dopo arrivati a Villa Adriana, eccoti l'automobile del Marchese Muti che veniva ad ingrossare la comitiva.

Si doveva visitare Villa Adriana, la famosa villa che Adriano edificò vicino a Tivoli, e di cui ora non si scorgono che ruderi immensi e corrosi dagli anni, che ci eccitano a meditare sulla caducità delle umane grandezze. Ma lo stato dei nostri animi non era tale in quel momento da permetterci delle riflessioni e delle meditazioni così serie.... Anzi non ce la sentimmo neanche di proseguire nell'importante visita del famoso monumento romano, piantando là col cicerone accanto il P. Rocci e il Marchese Muti e rimontando tranquillamente a cavallo per giungere una buona volta a Tivoli.

Quando fummo in vicinanza di questa cittadina successe un fatto degno di essere registrato nelle nostre colonne. Quel famoso cavaliere dal *cavallo cipollaro*, pieno di coraggio e di sangue freddo, sentendo dietro a sé il rumore del tram a vapore che fa il servizio da Roma a Tivoli, balzò da sella colla massima sveltezza e legò il placido animale ad una cancellata di ferro che per caso si trovava là vicino. Eppoi si scostò alquanto, e colle braccia incrociate come Napoleone all'isola di S. Elena attese gli eventi, pronto a coraggiosamente... scappare se lo avesse ritenuto necessario, mentre i passanti con un sorrisetto di scherno sulle labbra ed ammiccandolo tra di loro badavano ad esclamare: oh! che coraggio, oh che coraggio!!!

Alle 11,30 giungemmo a Tivoli, dove fummo ben tosto raggiunti dall'automobile del Marchese Muti e del Principe Massimo che volle da Roma venire a passare quel giorno insieme con voi.

Ai piedi del famoso tempio delle *Sibilla*, con dinanzi un panorama magnifico della città di Tivoli e delle pittoresche cascatelle, gustammo saporitamente un buon pranzetto in cui non mancavano neppure le *trote*, specialità del paese.

Il tempo fu così indulgente da permetterci anche una visita particolareggiata alle cascate, mentre alcuni altri in automobile andarono ad ammirare la grande officina elettrica che li riempì di stupore e di meraviglia.

Si ripartì alle ore 4 pom. ed anche al ritorno ci divertimmo molto, e facemmo trottare abbastanza bene i nostri cavalli, che veramente si fecero sempre onore.

Non prima delle 9<sup>1/4</sup> arrivammo a casa, soddisfatti della cavalcata riuscita bene sotto ogni punto di vista, e commentando ciascuno le diverse avventure della giornata tanto sue che degli altri.

TITI FELICE GERENTE RESPONSABILE

Frascati — Stab. Tip. Tuscolana